

科目	学年・小学科	単位数
保健体育・体育	1年	2
教科書	ステップアップ高校スポーツ2019	
副教材	現代高等保健体育（体育理論）	

## 1. 学習目標

心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。

## 2. 学習方法

○授業：実技を通して、基本技術の習得から競技の特性やルールを理解し、協力して楽しくゲームができる。また、試合の進め方や個々・グループの課題を確認し、上達を目指した練習方法やレベルに応じた試合方法を模索し、実践する。

○予習：特に予習は課さないが、事前にルールの確認をしてもらうことが望ましい。

○復習：基本技能の定着をはかるため、課題を課し小テストを実施する。

## 3. 評価の観点と趣旨

①	関心・意欲・態度	・競技の楽しさや喜びを味わうことがせきるよう、フェアなプレイを大切にしようとする こと、自己の責任を果たそうとすること、作戦などについての話し合いに貢献しようとする ことなどや、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組んでいる。
②	思考・判断・表現	・様々な種目を生涯にわたって実践できるようにするため、自己の課題に応じた運動の取 り組み方を工夫している。
③	技能	・競技の特性に応じて、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを 身につけている。 ・水泳における泳法や、ダンスのステップなど基本となる動作を理解し、目標の達成や作品 作りに取り組んでいる。
④	知識・理解	・技術の名称や取り組み方法や、体力の高め方、運動観察の方法、試合（ゲームの進め方） 表現の仕方を理解している。
⑤		

科目名	学年・小学科	単位数
体育	1年	2

学期		学習内容	重点をおく評価の観点					単元の評価規準	評価方法
			①	②	③	④	⑤		
前期中間	体育理論	運動・スポーツの文化的特徴	○	○				・スポーツの効果的な学習方法について予防方法や対処方法などを理解できる。 ・各ライフステージに応じた多様な楽しみ方を理解できる。	観察 (授業姿勢) 発問評価
	集団行動	整列・方向変換・行進						・他に迷惑をかけず、てきぱきとした行動ができるか。	観察 (授業姿勢)
	体づくり運動	握力・反復横跳び・立ち幅跳び・上体起こし・長座体前屈・50M走・シャトルラン・ハンドボール投げ		○	○	○		・自己の体力を最大限に発揮し、前年度より自己の記録を伸ばすようベストを尽くしているか。	目標達成評価
	水泳	オリエンテーション・ブール清掃	○					・仲間と協力し、施設の活用について理解できた。	観察 (授業姿勢)
前期末	球技①	ゴール型(バスケットボール) ネット型(バレーボール)						・ゴール型(バスケットボール) ネット型(バレーボール)の基本について理解できた。	観察(授業姿勢)
	水泳	1. クロール 2. 平泳ぎ 3. 背泳ぎ 4. バタフライ 5. 複数の泳法又はリレー	○	○	○			・それぞれの泳法について、手と足、呼吸のバランスを保ち、安定したペースで長く泳いだり早く泳いだりすることができる。 ・水泳の学習に主体的に取り組もうとしている。 ・水泳の事故防止に関する心得など健康・安全を確保している。	観察(授業姿勢) 観察と記録 2種類の泳法の特性に応じた行い方
	球技① (継続)	ゴール型(バスケットボール) ネット型(バレーボール)		○	○	○		・ゴール型(バスケ)では、ドリブル・パスの正確な動作を習得しシュートの確率を高めるよう取り組むことができる。 ・ネット型(バレー)では、サーブを入れレシーブからのパスワークをめざし基本技術の習得に取り組むことができる。	観察(授業姿勢) 小テスト ミニゲーム (運営と審判)
後期中間	武道	柔道	○		○	○		・武道の伝統的な考え方について、理解できる。 ・相手を崩して投げたり、抑えたりするなどの攻防を展開するための相手の動きの変化に応じた基本動作から、基本となる技、連絡技、得意技のいずれができる。	観察 (授業姿勢) 発問・小テスト
	ダンス	ダンス	○		○	○		・リズムの特徴をとらえたステップと全身で楽しく体を動かすことができる。 ・グループで隊形を考え構成し、自身の目標とするテーマについて表現する。	
後期末	球技	体ほぐし運動 ネット型(バドミントン) ネット型(バレーボール) ネット型(卓球) ゴール型(バスケットボール)	○	○	○	○		・ストローク技術の習得と応用ができるか ・ラケットの特性を理解し、ストロークの基本的な技術を習得する。 ・シングルスやダブルスの試合方法を理解する。 ・ゴール型(バスケ)では、ドリブル・パスの正確な動作を習得しシュートの確率を高めるよう取り組むことができる。 ・習得した技術を有効に使い楽しく試合ができる。	観察(授業姿勢) グループ学習 ミニゲーム (運営と審判)